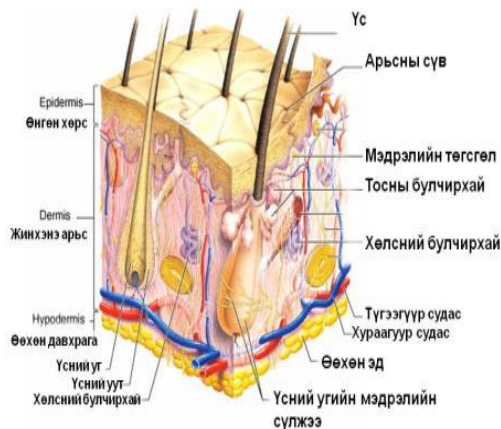


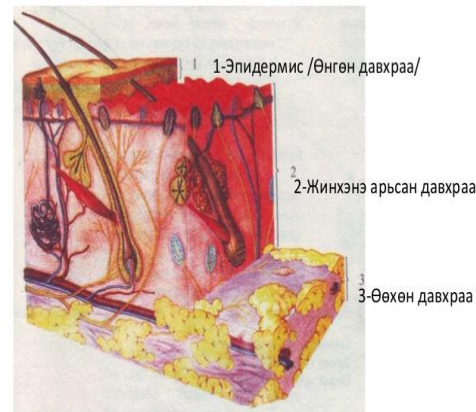
Холголт цооролтоос урьдчилан сэргийлэх нь

Арьс: арьс нь хүний биеийн хамгийн том эрхтэн бөгөөд нийт биеийн жингийн 12-14%-ийг эзэлдэг, 1.5-1.8 орчим квадрат метр талбайтай, 0.5-5 мм хүртэл зузаантай бөгөөд 3 үе давхрагаас бүрэлддэг. арьс нь хамгаалах, дулааны зохицуулгийн үүрэгтэй.

Арьсны бүтэц



Арьсны бүтэц



➤ **Хэвтрийн холголт цооролт:** нь удаан хугацаагаар хэвтэрт байгаа хүнд өвчтөнд элбэг тохиолддог. Хэвтрийн өвчтөний хялгасан судас дарагдсаны улмаас арьс, арьсан доорх өөхөн эдэд тэжээл болон хүчилтөрөгч эд эс үхэхдэг. Даралт нь тасралтгүй үргэлжилсээр байвал эд эсэд хүчилтөрөгчийн дутагдлыг буюу ишеми үүсгэдэг.

Холголт нь арьс ямар нэгэн гадны хүчин зүйлтэй шүргэлцсний улсаас үүсч байгаа арьсны өөрчлөлтийг хэлнэ. Холголт нь цооролтын урьтал үе юм. Цооролтоос үүсгэгдэж буй нөхцөл, үүсч байгаа хугацаагаараа ялгаатай.

- **Тохиолдол:** АНУ-ын гэрийн хосписийн судалгаанаас үзэхэд цооролт нь өндөр настай, хавдартай төв мэдрэлийн тогтолцооны эмгэгтэй хүмүүст илүү тохиолдож байгаа нь батлагдсан. Япон улсад хийсэн судалгаанаас үзэхэд гэрийн хосписоор үйлчлүүлж буй 980 өвчтөний 10 хувь нь хэвтрийн цооролттой болж байна гэж тогтоогджээ. Удаан хугацаагаар хэвтэрт байсан эмчлүүлэгчийн ууц, ташаа, өсгий хэсэгт 60% хүртэл, бусад хэсэгт 15% хүртэл цооролт үүсдэг байна.

Цооролтын эрсдэлт хүчин зүйл

Гадаад хүчин зүйл

- ✓ Асаргаа сувилгаа муу байх
- ✓ Байрлалыг удаан солихгүй байх
- ✓ Ор дэрийг солихгүй байх
- ✓ Гудас дэвсгэр овгор товгор байх
- ✓ Хувийн ариун цэвэр арьсны арчилгаа дутуу байх

Дотоод хүчин зүйлс

- ✓ Удаан хэвтэрт байх
- ✓ Мэдрэхүйн алдагдал
- ✓ Өндөр нас
- ✓ Цусны эргэлтийн алдагдал
- ✓ Тэжээлийн доройтол
- ✓ Халдвар
- ✓ Хэт тарган, хэт туранхай байх

Зонхилон тохиолдох

- Чих
- нуруу
- сүүж
- өсгий
- өвдөг
- шагай

Ховор тохиолдох

- Дагз
- Хөхлөг
- ясны орчим
- Далны
- сэртэн
- Далны ирмэг
- Суудлын ясны товгор

Цооролтын эрсдэлт хүчин зүйл

Үзүүлэх нөлөө

Саа саажилт

Хөдөлгөөн хязгаарлагдаж өвчтөн байрлал сольж чадахгүй болох

Мэдээ алдах

Хэвтрийн даралтаас үүссэн өвдөлтийг мэдрэхгүй болох

Цусны эргэлт удаашрах

Арьсанд очих цусны хэмжээ багасах

Халууралт

Эд эсийн бодисын солилцооны эрчим нэмэгдэж арьсны чийгшил алдагдаж, арьч хуурайшиж, гуужилт ихсэх

Хоол тэжээлийн дутагдал

Уураг амин дэм дутагдах нь шархны эдгэрэлтэнд муугаар нөлөөлөх

Шээс баас задгайрах

Нян үржих орчин болох ба чийг нь арьсанд нуралт үүсгэж, хэврэг болгох

Тайвшруулах, өвчин намдаах эм хэрэглэх

Эм нь мэдэрхүйг дарангуйлдаг учраас хэвтрийн өвчтөн байрлалаа өөрчлөх нь багасдаг.

Нас өндөр байх

Арьсны уян чанар алдагдах

Шингэн алдах

Шингэн алдагдах

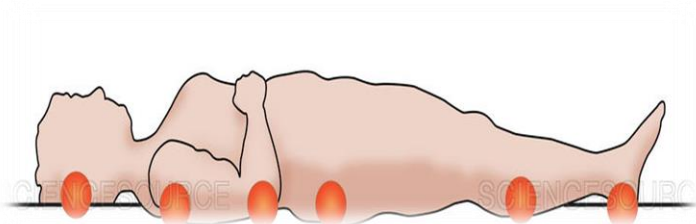
Хаван

Эд эсийн даралтыг тэсвэрлэх чадварыг бууруулах

Цооролт үүсдэг биеийн хэсгүүд

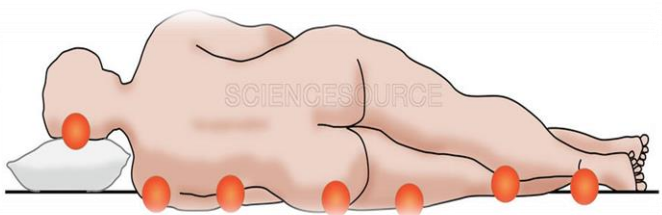
1. Дээш харж хэвтсэн байрлалд:

- ✓ Ахар сүүл
- ✓ Дагз
- ✓ Далны ирмэг
- ✓ Дагз яс
- ✓ Хонгио
- ✓ Өсгий
- ✓ Тохой
- ✓ Дагз



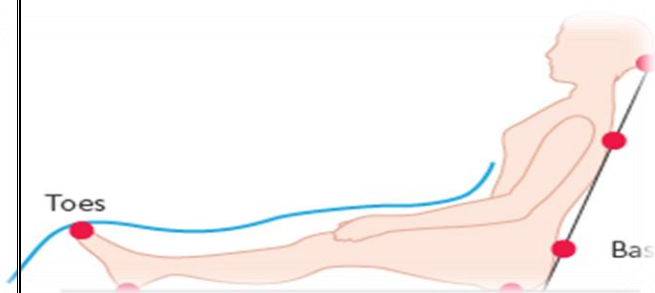
2. Хажуу тийш харж хэвтсэн байрлалд:

- ✓ Чихний дэлбэн
- ✓ мөрний шонтон яс
- ✓ өвдөг болон шагай хооронд
- ✓ сүүж
- ✓ ууцны хэсэг
- ✓ ташаа толгой



3. Сандал болон тэргэнцэрт суугаа байрлалд:

- ✓ Дал Тахим
- ✓ Ахар сүүл
- ✓ Өсгий
- ✓ Хонгио
- ✓ Тавхай
- ✓ Суудлын хэсэг

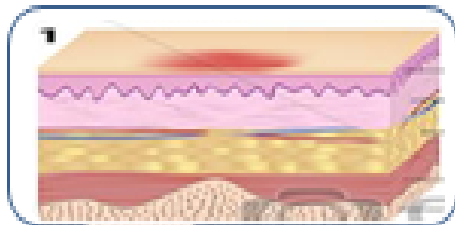


Хэвтрийн цооролтын эмнэлзүйн үе шат

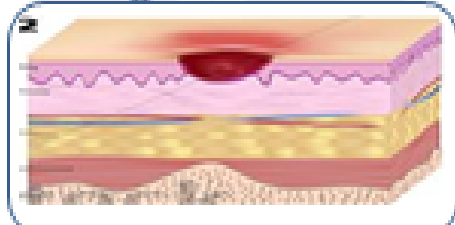
Хэвтрийн цооролтын үе шат

Цооролтын
үе шат

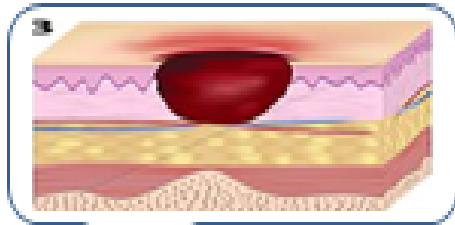
Илрэх шинж
тэмдэг



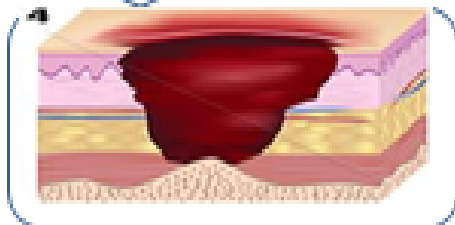
Буцаж цайрахгүй арьсны дарагдсан хэсгийн улайлт. Цооролтын 1-р шат буюу цайрдаггүй улайлтыг монголоор холголт гэж хэлдэг.



Өнгөц эпители эд гэмтэнэ. Цэврүү үүснэ. Улаан хайрст жигд бус ирмгэмтдэг. Гаднаас харахад зулгаралт, цэврүү өнгөц хонхор мэт эг үүснэ. Арьсны эпидермис, дерма давхрагууд харагдана.



Эдийн эвдрэл гэмтэл арьс, арьсан доорх үе давхрагыг хамарна. Шарх төв хэсгээсээ дотогшоо хонхойно, нэхдээ фасцийг гэмтээхгүй. Гаднаас харахад арьс гүн хонхортой болсон байна.



Эдийн гэмтэл нь арьсан доорхи үе давхрагаас булчингийн давхрага, яс үе мөчид хүрнэ. Шархны ирмэг нь цаашаа хонхойж гүний эрхтнүүдэд ил харагдана.

Цооролтын эрсдэлийг үнэлэх Нортонь шалгуур

Он сар өдөр	Нэр	Биеийн байдал	Сэтгэцийн байдал	Биеийн идэвхи	Хөдөлгөөний байдал	Өтгөн, шээсээ барих чадвар	Нийт оноо
		Сайн 4 Дунд 3 Муу 2 Маш муу 1	Сэргэг 4 Хямралтай 3 Самуурсан 2 Унтаа - 1	Хэвийн 4 Явахдаа туслалцаа авдаг 3 Тэргэнцэртэй 2 Хэвтрийн 1	Хэвийн 4 Ялимгүй хязгаарлагдсан 3 Маш их хязгаарлагдсан 2 Хөдөлгөөнгүй 1	Хэвийн 4 Тохиолдлоор 3 Байнга шээс 2 Аль алиг нь барьж чаддаггүй 1	

Нийт оноо

- 5 шалуурын ашигладаг ба 14 хүртэл авахад цооролт үүсэх боломжтой
- 12 оос бага оноо авбал өндөр эрсдэлтэй

Цооролтын үед үзүүлэх сувилахуйн тусламж

- Цооролт үүсэх эрсдэл бүхий өвчтөнг эрт үнэлж, урьдчилан сэргийлэхэд арга хэмжээ авахад бэлэн байх
- Үйлчлүүлэгчийг зөв байрлуулах
- Удаан хугацаагаар хэвтэрт байгаа үйлчлүүлэгчийн байрлалыг 1-2 цаг тутамд солих
- Орны цагаан хэрэглэлийг тогтмол цэвэрлэж, цэвэр байлгах
- Удаан хугацаагаар хэвтэрт байгаа үйлчлүүлэгчийн цоорох хэсэгт ивээс хийж өгөх
- Арьсанд нөлөөлөх даралтыг багасгах
- Эмчлүүлэгчийн арьсыг арчлах, угаалга хийх
- Биеийн ерөнхий эсэргүүцлийг сайжруулах, витаминжуулах
- Шим тэжээлтэй хоол өгөх (уураг, каллори, витаминлаг болон минерал элементүүд: ялангуяа вит С болон цинкээр баялаг хүнсний бүтээгдэхүүн)
- Шингэн дутагдлаас сэргийлэх
- Дарагдаж болох хэсэгт иллэг массаж хийх (гэхдээ арьс улайсан, холгосон, цооролт үүссэн үед массаж хийхгүй)

- Шингэнийг сайн татдаг самбай даавууг физиологийн уусмалаар норгож шархыг дэвтээх маягаар тавина.
- Шархыг угаах уусмалыг гоожуулж, шархыг болгоомжтой цэвэрлэнэ. Дараа тариурт 30-60мл уусмал соруулж шархыг зөөлөн даралт үүсгэж угаана.хэрэв үйлчлүүлэгчид өвдөлт ихтэй бол ажилбарыг зогсоож, өвдөлт намдаах эм эм хэрэглэх ба үйлчлүүлэгч өвдөлтгүй болсон тохиолдолд ажилбарыг үргэлжлүүлнэ.
- Шархыг цэвэр болмогц нархны хөндийг дүүртэл нь Куриозин эсвэл бусад цооролтын үед хэрэглэдэг тосон түрхлэгийг түрхэж өгнө. Куриозиныг бүх төрлийн шархны эмчилгээнд өргөн хэрэглэдэг. Энэ тос нь шархны эдгэрэлтийг хурдасгадаг, халдвараас сэргийлдэг, шархны өвдөлтийг багасгадаг байна.
- Шарханд тос түрхсэний дараа,цооролттой хэсэгт хүнсний зөөлөн гялгар уутыг хий оруулахгүй нааж өгнө.
- Халдварыг хянах
 - Бүх шарх бактери, мөөгөнцөрөөр халдварлагддаг
 - Эдгээр нь шархны эдгэрэлтийг саатуулдаг
 - Идээт шингэн, өвдөлт, үмхий үнэр нь халдварын хэсэг газрын анхны шинж тэмдэг.
 - Шархыг эхлээд давсны уусмалаар угааж цэвэрлээд антибиотиктой боолт хийнэ.
 - Хэрэв шарх ясанд хүрсэн бол 4-6 долоо хоног үрэвслийн эсрэг эмчилгээ хийнэ.

Шарх цэвэрлэх арга



- Физиологийн уусмал
- Цэвэр ус
- Ариутгагч уусмалууд (Hydrogen Peroxide, Sodium hypochloride, Providence iodine Crystal violet Aluminum salt)
- Гэртээ saline бэлтгэх арга = 4 л буцалсан ус + 8 цайны халбага давс

Шарх цэвэрлэх уусмалууд



Эмчийн заалтаар эмийн эмчилгээ:

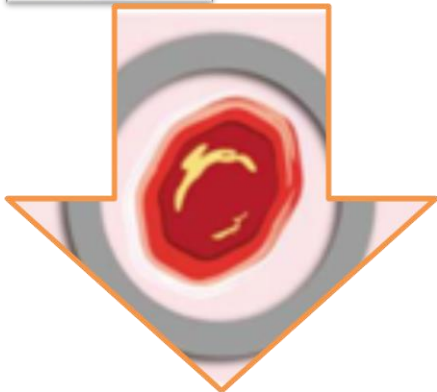


үе шатанд – Тегадерм

2 – үе шатанд – Гидрогель, Гидроколлойд боолт

3,4 – үе шатанд - Гидрогель Гидроколлойд боолт хийх, шархнаас шүүс их хэмжээний шүүс гарч байвал Анжинеиттэй боолт хийх

Өвдөлт намдаахаар Морфиныг жель, нунтаг, уусмал хэлбэрээр



Шархны өвдөлт намдаахаар:

Лидокайн 2%- ийн эсвэл 4% -ийн

Морфиныг 1%- ийн уусмал

Морфин 1%, лидокайн 2 % жель

Шархны үнэрыг арилгах:

Үнэр ялгаруулагч нянг устгах /Trichopole Metrogel/

Үнэр шингээгч хэрэглэх

Кофе аяганд хийж сэгсрэх

Үнэр арилгагч лаа хэрэглэх

Урьдчилан сэргийлэх



- Асаргаа сувилгааг сайжруулах.
- Өдөр бүр биеийг нь шалгаж байх.
- Хэвтрийн настны өгзөгний даралтыг багасгахын тулд толгой нь орноос хэт өндөр биш 30 хэм өнцөг үүсгэж байрлана.
- Богино хугацаагаар өндийлгөж босгох, үе мөч болон биеийн хэсгийг хөдөлгөөнгүй байлгахаас зайлсхийх.
- Хөл доор нь дэр ивүүр тавих товгор ястай хэсэгт гидроколлойд түрхэх.
- Усан гудас, хийлдэг гудас, шар будаа, үр тарианы түрүүгээр хийсэн гудсан дээр, хонины угаасан нэхий дээр хэвтүүлэх нь цооролтоос сэргийлдэг.
- Байрлал өөрчлөх тутамд арьсыг сайн шалгаж, улайсан эсэхийг анхаарах хэрэгтэй.

Даралт багасгах арга хэмжээ: Хэвтрийн өвчтөнд даралт багасгадаг гудас байх шаардлагатай. Усан гудас, хийлдэг ор, аялалын хийлдэг гудсанд ус хийгээд хэрэглэж болно.

1. Хэвтрийн цооролтоос сэргийлэх зориулалтын хийлдэг гудас
2. Хэвтрийн цооролтоос сэргийлэх автомат тохируулгатай усан ба хийлдэг гудас
3. Орчин үеийн автомат даралт бууруулагчтай, олон үйл ажиллагаатай, удирдлагатай ор
4. Суугаа өвчтөнд зориулсан цооролтоос сэргийлэх автомат хийлж, даралт бууруулдаг сандал, суултуур
5. Хэвтрийн цооролтоос сэргийлж зөөлөн дэр, хонины нэхий хэрэглэнэ.

Иллэг хийх: Иллэг хийх нь цусны эргэлтийг сайжруулах, хаван буулгах тосон иллэг нь арьс чийгшүүлэх зэрэг ач холбогдолтой. байрлал өөрчлөх болгондоо арьсны холгогдох магадлалтай хэсгүүдэд зөөлөн иллэг хийж чийгшүүлэгч тос, тэмээний чөмөг, сүүлний тос зэргээс түрхэх хэрэгтэй. Зөөлөн иллэгийг гараараа цагирган хөдөлгөөн хийх маягаар хийнэ.

Арьсны улайсан, холгогдсон хэсэг дээр иллэг хийж болохгүй !!!

Тосон зөөлөн боолт хийж даралтгүй байлгах талаас нь анхаарах. Үүний тулд зөөлөн цагирган тохой, шагаай хамгаалагч, дэр, шар будаатай сулхан уут зэргийг тавьж улайсан хэсгийг хөндийлнө.

- Эхлээд биеийн урьд хажуу хэсгийг угаах, дараа нь түүнийг хажуу тийш харуулж хэвтүүлээд биеийн арын хэсгийг угаах
- Бэлэг эрхтэн хошного орчмыг хамгийн сүүлд угаах тэр хавьд хамгийн их нян цуглардаг тул урдаас нь арагш чиглэлтэй сайтар угааж, цэвэр усаар сайн зайлах
- Биеийн холгох магадлалтай хэсгүүдэд угаасны дараа зөөлөн иллэг хийж тосолж өгөх

Хоололт:

Хоол хүнсэн дэх илчлэг, уураг, витамин нь эд эсийн хэвийн үйл ажиллагаа дэмжих бөгөөд өвчний эдгэрэлтэнд ихээхэн нөлөөлдөг. Насанд хүрсэн хүний хоногийн уургийг хэрэгцээ 0,8-1 гр/кг, цочмог өвчнөөр өвдсөн бол 1,5 гр/кг, архаг, хүнд өвчтэй бол хоногт 2-3 гр/ кг байдаг. Хүн бүр хүссэн хоол ундаа хүссэн хэмжээгээр идэж тааламж авдаг. Энэ бол чанартай амьдралын нэг үзүүлэлт юм. Өвчтөний хоол идэх дуршлыг сайжруулахыг хичээх хэрэгтэй боломжийн хэрээр бага ч гэсэн чанартай тэжээллэг хоол идүүлэх

Хэвтрийн цооролт үүсч буй өвчтөн нь гол төлөв тураалтай, цус багадалттай, биеийн эсэргүүцэл султай байдаг тул:

- Судсаар дуслаар альбумин, сийвэн хийж өгөх
- Цус юүлэх эсвэл гемоглобины концентрат хийж өгөх хэрэгтэй
- С амин дэмийг 500-1000мг –аар өгөх.

Өвчтөнийг 2 хажуугаар нь харуулан хэвтүүлэх:

Хоёр гараар эргүүлэх арга:

- Өвчтөнийг дээшээ харан хэвтэж байгаа байрлалаас хажуу талруу нь эргүүлэх шаардлагатай үед энэ аргыг хэрэглэдэг
- Өвчтөний хоёр гарыг цээжин дээр нь зөрүүлж тавиулна.
- Сувилагч нэг гараа өвчтөний нурууны доод хэсгээр оруулна . Ингэхэд өвчтөний нөгөө талын ташаанаас барих барьцтай болно.
- Сувилагч өвчтөнд хоёр хөлөө өвдөгөөр нь нугалаараа гэж хэлэх ба нөгөө гараа өгзгөн доогуур оруулахад хоёр гарын үзүүр хоорондоо нийлсэн байна.
- Сувилагч мөрөөрөө өвчтөний хөлийг өвдөг хэсгээр түлхэнэ.
- Өвчтөнийг эргүүлэн нөгөө тийш нь харуулна.
- Шаардлагатай бол өвчтөний мөрнөөс татаж тэгшхэн байрлалд хэвтэхэд нь тусална.

Нурууны өвчтэй үед:

- ✗ Хавирга болон аарцгийн бэртэлтэй үед
- ✗ Нуруу нугасны гэмтэлтэй үед
- ✗ Ташаа өвчтэй үед



Мөр ташаанаас барьж эргүүлэх арга:

- Өвчтөний 2 гарыг их биен дээр нь зөрүүлэн тавина.
- Хоёр хөлийг нь зөрүүлнэ.
- Сувилагч нэг гараараа өвчтөний мөрнөөс /эсрэг тал/ нөгөө гараараа тэр талын ташаанаас барина.
- Сувилагч өвчтөнийг сайн барих ба нэг хөлөө бага зэрэг хойш нь тавьж, жаахан ухраад Хөл дээрээ сайн тогтвортой зогсож, өвчтөнийг хажуу тийш нь эргүүлнэ. Хажуу тийш эргүүлэнгүүтээ ойртон унахаас хамгаална.
- Өвчтөнийг дээш нь харуулж байрлалыг нь солихдоо дээрх аргыг хэрэглэнэ.
- Сувилагч нэг гараа өвчтөний мөрөн дээр нөгөө гараа ташаан дээр тавьж өвчтөнийг дээш нь харуулан эргүүлнэ.
- Энэ аргыг хэрэглэхдээ хөлийг нь нугалж бас болно./өвчтөнийг эргүүлэх үед сувилагчийн гар шулуун байна./

Нурууны өвчтэй үед:

- ✗ Хавирга болон аарцгийн бэртэлтэй үед
- ✗ Нуруу нугасны гэмтэлтэй үед
- ✗ Ташаа өвчтэй үед





ЭРҮҮЛ
МЭНДИЙН ЯАМ



Холголт цооролтоос урьдчилан сэргийлэх нь



2020 он